

きょうのこんだて

2がつ15にち

ごはん

にくだんごのちゅうかに

チャプチェ

ごまだんご



きょうのポイント

あずき

きれいな赤色をした豆で古くからこの赤色は、魔力を持ち魔除けや厄払いに使用されてきました。

旬は夏の始めで、日本では北海道や兵庫県、京都府が主な生産地として有名です。日本では縄文時代前期の遺跡からも小豆が食べられていたものが出土しています。

